

# “Wie meer dan eens op spoed belandt, riskeert IQ-daling”

**Al jaren vecht de Nederlandse kinderarts en hoogleraar Nico van der Lely tegen alcoholmisbruik bij jongeren en jongvolwassenen.** In zijn nieuwste boek *Stop met alcohol voor jongeren*, zijn derde al over het onderwerp, belicht hij de, soms nog relatief onbekende, gevaren die overmatig alcoholgebruik met zich meebrengt. “Wie op jonge leeftijd begint te drinken, heeft vier tot zes keer meer kans op problematisch alcoholgebruik later in het leven.”

JAN BARTOSIK

Na *Onze kinderen en alcohol* en *De alcoholvrije puber: een praktische gids*, bindt Nico van der Lely – als kinderarts verbonden aan het Reinier de Graaf Gasthuis in Delft, als hoogleraar aan de Universiteit Antwerpen en voortrekker van de eerste Vlaamse alcoholpoli – opnieuw de strijd aan met alcoholmisbruik onder jongeren en jongvolwassenen. In zijn nieuwste boek, *Stop met alcohol voor jongeren*, wijst hij op de gevaren, zowel op korte als op lange termijn, die overmatig drankgebruik op jonge leeftijd met zich meebrengt.

“Wat ons opvalt, zowel in Nederland als in België, is dat alcoholmisbruik op jonge leeftijd de kans op kanker aanzienlijk verhoogt”, zegt Nico van der Lely. “Tien jaar geleden was het aantal dames dat borstkanker kreeg één op negen. Inmiddels is dat één op zeven geworden. Weinig mensen weten dit, maar alcoholmisbruik speelt daar een rol in. Daarom laat ik in mijn nieuwste boek ook mensen uit het kankeronderzoeksveld aan het woord.”

Ook een verhoogde kans op problematisch alcoholgebruik later in het leven, brengt de Nederlandse kinderarts onder de aandacht. “Wie op jonge leeftijd start met drinken, heeft vier tot zes keer meer kans op veelgebruik als volwassene”, zegt Nico van der Lely. “Weet je, alcohol is een businessmodel. Tegenwoordig kan je online niet alleen *Monopoly* maar ook *Zuipopoly* bestellen, een drankspel dat jongeren en jongvolwassenen aanspreekt. Te gek voor woorden.”



Nico van der Lely vecht al jaren tegen alcoholmisbruik onder jongeren en jongvolwassenen. “Tegenwoordig kan je online niet alleen *Monopoly* maar ook *Zuipopoly* bestellen, een drankspel-variant. Te gek voor woorden”, zegt hij. © FRANK VAN DER BURG

## “Dommer”

“De meeste mensen lusten wel eens een biertje of een glas wijn, ik ook”, gaat Nico van der Lely verder, “en daar is op zich niets mis mee, zolang het niet te vaak gebeurt en je niet te veel drinkt. Er is wel iets mis wanneer je op jonge leeftijd – je hersenen zijn dan nog volop in ontwikkeling – alcohol begint te consumeren. Want welke 17-jarige neemt maar één glas bij het uitgaan? Juist, bijna geen enkele.”

Volgens Nico van der Lely loopt een jongere die overmatig drinkt en meer dan één keer een alcoholvergifting oploopt, kans op een significante verlaging van het IQ. “Zij kunnen gemiddeld tien tot vijftien IQ-punten verliezen”, zegt hij. “Je wordt er, simpel gesteld, dommer van. Dat is door kinderpsychologen onderzocht en vastgesteld. Zo’n 50 pro-

cent van alle jongeren die meer dan één keer met een alcoholvergifting worden binnengebracht op de spoedafdeling, verliest IQ-punten. Jongeren weten dat niet, hun ouders weten dat niet, de beleidsmakers weten dat niet.”

## Jonge sporters

En ook voor sportieve jongelings heeft de Nederlandse kinderarts een boodschap. “Alcoholmisbruik is zéér nefast voor jonge sporters”, zegt Nico van der Lely. “Wie op jonge leeftijd te veel drinkt, verliest vier tot tien procent aan spiermassa. Ik vrees dat je dan het eerste elftal van pakweg Royal Antwerp FC wel kan vergeten.”

“We zien ook dat jongeren vaker sterkedrank drinken”, gaat hij verder. “Het begint bij een biertje, maar dat wordt al snel

“Wie op jonge leeftijd te veel drinkt, verliest 4 tot 10 procent aan spiermassa. Ik vrees dat je dan het eerste elftal van pakweg Royal Antwerp FC wel kan vergeten”

## Nico van der Lely

Kinderarts en hoogleraar UAntwerpen

een glas wodka. Cuarenta y Tres, een Spaanse likeur met een hoog alcoholgehalte van meer dan 30 procent, is de laatste tijd ook populair. Hoe dat komt? Kijk maar eens naar de serie *Gooische vrouwen* op de Nederlandse televisie: iedereen heeft daar zo’n drankje in de handen. Op die manier wordt het gepromoot, óók bij een veel jonger publiek.”

## Thuis een biertje

In zijn nieuwste boek wil Nico van der Lely echter niet op zoek naar een zondebok. “Mensen bedoelen het vaak goed”, zegt hij. “Ze laten hun tiener thuis een biertje drinken, ook om zelf zicht te hebben op het alcoholgebruik. Maar we weten, door orthopedagogisch onderzoek, dat wie als jongere thuis niet mag drinken, veel minder kans maakt op alcoholgebruik op latere leeftijd. Nogmaals, er is niets mis met een volwassene die van zijn of haar glaasje wijn geniet, maar doe effe normaal en hou je kinderen weg van alcohol.”

Wel wil Nico van der Lely in gesprek met beleidsmakers in ons land. “In 2014 stond ik in Nederland mee aan de basis van een

“In België ligt de grens voor zwak-alcoholische dranken op 16 jaar. Die minimumleeftijd moet omhoog”

## Nico van der Lely

Kinderarts en hoogleraar UAntwerpen

wetswijziging, waardoor de verkoop van alcohol aan jongeren onder de 18 jaar werd verboden”, vertelt hij. “In België ligt die grens voor zwakalcoholische dranken op 16 jaar. Die minimumleeftijd moet omhoog. We merken dat in Nederland de opnames met een alcoholvergifting stabiliseren sinds de nieuwe regelgeving. De leeftijd van dat eerste drankje is ook gestegen. Het is cruciaal dat jongeren en hun ouders zich bewust zijn van de gevaren van vroegtijdig alcoholgebruik, inclusief de lange-termijngevolgen.”

Daarom vraagt Nico van der Lely extra fondsen aan de Vlaamse overheid. “Met 150.000 euro komen we al een heel eind”, zegt hij. “Dat geld kunnen we gebruiken om onze eerste alcoholpoli in België, die door de UAntwerpen en het Reinier de Graaf Gasthuis in Delft werd opgezet in samenwerking met het ZNA Augustinus, verder uit te bouwen en meer psychologen erbij te betrekken. Het doel is jongeren die met een alcoholvergifting op de spoedafdeling belanden, beter op te vangen en te begeleiden. Alleen zo kunnen we ervoor zorgen dat ze niet nog een keer moeten worden opgenomen, met alle gevolgen van dien.”



Stop met alcohol voor jongeren, Nico van der Lely, 18,99 euro. Verschijnt op 15 januari 2025 bij Fontaine Uitgevers en zal ook beschikbaar zijn als e-book.